



臺中市立南屯幼兒園 幼兒餐點表【115年04月】



第一週	4/1 (三)		4/2 (四)		4/3 (五)					
早點	雙蛋肉茸粥		吐司夾果醬							
午餐	肉羹飯 蘿蔔滷米血 季節時蔬 四季水果	(營養糙米飯) 滷雞腿肉 蜜汁方干 季節時蔬 黃瓜雞骨湯 四季水果								
午點	起司南瓜濃湯		義美豆漿							
營養分析	蛋白質 14.27% 醣類 62.88%	脂質 22.85% 熱量 701kcal	蛋白質 17.22% 醣類 56.83%	脂質 25.95% 熱量 711kcal						
第二週	4/6 (一)	4/7 (二)	4/8 (三)	4/9 (四)	4/10 (五)					
早點		雞蛋牛奶捲 (健康小米飯) 蒜香炒肉末 麻婆豆腐 季節時蔬 豆薯排骨湯 四季水果	肉燥湯寬麵 咖哩洋芋肉片飯 季節時蔬 青木瓜雞骨湯 四季水果	皮蛋瘦肉粥 (營養糙米飯) 番茄雞丁 芹香甜不辣 季節時蔬 木耳肉絲湯 四季水果	銅鑼燒 (燕麥飯) 打拋豬 小魚蒸蛋 季節時蔬 牛蒡腰果湯 四季水果					
午餐		綠豆麥片湯	麵包+鮮奶	香菇雞麵	花生豆花					
營養分析		蛋白質 15.93% 醣類 58.58%	脂質 25.49% 熱量 776kcal	蛋白質 14.52% 醣類 58.55%	脂質 26.93% 熱量 736kcal	蛋白質 15.99% 醣類 56.88%	脂質 27.13% 熱量 763kcal	蛋白質 15.22% 醣類 58.38%	脂質 26.40% 熱量 699kcal	
第三週	4/13 (一)	4/14 (二)	4/15 (三)	4/16 (四)	4/17 (五)					
早點	奶黃包+鮮奶	古早味肉粥	鮭魚三明治	穀類脆片+鮮奶	高麗菜水餃					
午餐	★(紅藜飯) 醬爆干丁 番茄炒蛋 季節時蔬 青菜腐皮湯 四季水果	(營養糙米飯) 蒸肉丸子 鮑菇炒雞絲 季節時蔬 冬瓜排骨湯 四季水果	(小蕙仁飯) 薑汁燒雞 客家小炒 季節時蔬 枸杞絲瓜湯 四季水果	沙茶肉絲魚羹麵 蒜香毛豆莢 季節時蔬 四季水果	(高纖麥片飯) 京醬肉絲 翠綠鮮菇炒蛋 季節時蔬 黃金蜆湯 四季水果					
午點	炒水粉	珍珠丸子+豆漿	檸檬愛玉	芝麻香鬆小米飯丸	紅豆甜品					
營養分析	蛋白質 16.04% 醣類 58.67%	脂質 25.29% 熱量 758kcal	蛋白質 14.87% 醣類 62.56%	脂質 22.57% 熱量 678kcal	蛋白質 14.31% 醣類 58.36%	脂質 27.33% 熱量 757kcal	蛋白質 14.78% 醣類 56.01%	脂質 29.21% 熱量 733kcal	蛋白質 15.55% 醣類 62.37%	脂質 22.08% 熱量 705kcal
第四週	4/20 (一)	4/21 (二)	4/22 (三)	4/23 (四)	4/24 (五)					
早點	銀絲捲+鮮奶	雞絲麵	奶香玉米濃湯	南投意麵	麵包					
午餐	★(健康小米飯) 紅燒雞蛋豆腐 雙色炒蛋 季節時蔬 香菇蒲瓜湯 四季水果	(燕麥飯) 傳統焢肉 油腐丁 季節時蔬 大瓜排骨湯 四季水果	紅藜蛋炒飯 蔥爆雞丁 季節時蔬 包白肉片湯 四季水果	(香香松子飯) 古早味豬排 丁香豆干 季節時蔬 味噌海芽黃芽湯 四季水果	(小蕙仁飯) 喜相逢 肉燥蒸蛋 季節時蔬 佛手瓜排骨湯 四季水果					
午點	蔥酥芋頭糕湯	米香+豆漿	綜合滷味	繽紛南瓜芋泥	*鮮奶仙草蜜					
營養分析	蛋白質 14.41% 醣類 62.77%	脂質 22.81% 熱量 702kcal	蛋白質 16.79% 醣類 60.21%	脂質 22.99% 熱量 724kcal	蛋白質 16.75% 醣類 55.45%	脂質 27.80% 熱量 764kcal	蛋白質 15.61% 醣類 58.20%	脂質 26.19% 熱量 705kcal	蛋白質 14.39% 醣類 61.53%	脂質 24.08% 熱量 684kcal
第五週	4/27 (一)	4/28 (二)	4/29 (三)	4/30 (四)						
早點	馬拉糕+鮮奶	起司刈包	麵線蛋花湯	麵包						
午餐	★素肉燥炒麵 蔥花蛋 季節時蔬 清香冬瓜湯 四季水果	(養生紫米飯) 古都肉燥 滷貢丸 季節時蔬 魚干蔬菜湯 四季水果	(營養糙米飯) 豆乳雞腿肉 筍香炒肉絲 季節時蔬 金針湯 四季水果	(紅藜飯) 豉汁魚 玉米紅蘿燴蛋 季節時蔬 海芽排骨湯 四季水果						
午點	芋頭粥+鯉魚香鬆	玉米蘿蔔排骨湯	蒸地瓜+鮮奶	*自然零價格						
營養分析	蛋白質 15.80% 醣類 58.27%	脂質 25.93% 熱量 739kcal	蛋白質 15.38% 醣類 61.74%	脂質 22.89% 熱量 684kcal	蛋白質 15.85% 醣類 58.74%	脂質 25.41% 熱量 737kcal	蛋白質 15.96% 醣類 57.64%	脂質 26.40% 熱量 672kcal		

美麗人生空中超市(股)有限公司

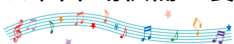
※ 本餐點表食材含有甲殼類、堅果類、牛奶、蛋、芝麻、花生、大豆、魚類、海鮮、芒果、含麩質之穀物及其上述所列製品，不適合對其過敏者食用。

幼兒如有過敏 家長請事先告知

※ 因市場供需，餐點會彈性調整

營養師核章：

執業營養師張詩馨
營養字第004996號



本園餐點一律使用國產CAS豬肉、CAS雞肉、CAS雞蛋

